

# DALL'ORTO ALLA TAVOLA

## corso di cucina vegetariana

**tutti i martedì ore 18.00-20.00**  
**dal 04 al 25 febbraio 2020**

**presso Ecomuseo delle Erbe Palustri**  
**Villanova di Bagnacavallo**

Un corso pratico per **scoprire e conoscere le potenzialità e la varietà della cucina vegetariana**, in modo creativo e senza preconcetti.

Dagli antipasti alle portate principali, rispettando la stagionalità, piatti gustosi che mantengono le proprietà benefiche delle verdure e consentono l'assimilazione di tutte le componenti nutritive per una corretta alimentazione. I corsisti saranno attivamente coinvolti nella preparazione delle pietanze che verranno assaggiate a fine lezione.

Programma - Modulo 3

**04/02: Che cavolo!**

**11/02: Le spezie**

**18/02: Superfood**

**25/02: Tutto sul Kale**



Docente **Candida Visaggi**

Co-fondatrice e cuoca del progetto Mattarello(a)way, vi accompagnerà nel mondo delle verdure, per far capire a tutti che la cucina vegetariana è tutt'altro che noiosa.

Costo di ogni singola lezione comprensiva di ricettario: € 35

Numero partecipanti: max 12 - min 8 per l'attivazione del corso

**Iscrizione obbligatoria: tel. 0545 47122 • [mattarelloaway@gmail.com](mailto:mattarelloaway@gmail.com)**

**• MATTARELLO(A)WAY •**

**in collaborazione con**



Associazione Culturale  
Civiltà delle Erbe Palustri